



Investigating the Effectiveness of Free Time Education Programs on Individual and Social Skills of Students in Sistan and Baluchistan Province

J. Nakhzari Khodakheir^{*1}, E. Ghasemi¹, M. Rezaei², S. Miri³

¹ Department of Sports Sciences, Faculty of Literature and Humanities, University of Zabol. Zabol, Iran.

² Department of Sports Management, Faculty of Sports Sciences, University of Mazandaran. Babolsar

³ Department of Sports Management, Faculty of Sports Sciences, Shahid Bahonar University of Kerman, Kerman, Iran.

ABSTRACT

Received: 7 July 2024
Reviewed: 1 August 2024
Revised: 28 August 2024
Accepted: 18 September 2024

KEYWORDS:

Leisure time
Teenagers
Education
Sistan and Baluchistan province

Background and Objectives: The importance of the adolescent and the importance of free time among this age group is a special sensitivity to the importance of the free time program. Since the effectiveness of free time is one of the necessities of a scholar's life, the present study aims to investigate the impact of the effectiveness of free time program on the individual and social skills of Sistan and Baluchistan's scholar.

Methods: The current research was descriptive in terms of its applied purpose, in terms of method, and survey in terms of types of descriptive researches. The statistical population of this research includes teachers of physical education and secondary school in Sistan and Baluchistan province; According to the inquiry from the General Department of Education of Sistan and Baluchistan Province, in the academic year 1401-1402, their number was equal to 1345 people, which will be selected for this research using random, cluster-stage sampling method. The statistical sample of this research is based on Morgan's table of 300 people, and the researcher has distributed the questionnaire among all the statistical population of the target cities in order to achieve more comprehensive results. The questionnaires returned to the researcher were 425 questionnaires that were subjected to statistical analysis. In this research, the researcher made a questionnaire, according to the type of information required to conduct this research, a variety of tools were used, including the review of existing documents (library method) and field research using the distribution of questionnaires to collect information. The research questionnaire consists of two parts, in the first part, the demographic information of the subjects such as gender, age, work experience, and educational qualification is collected.

Findings: The results of the investigation showed that there is a significant correlation ($0.001/0=P$) between each variable of individual and social skills and the authors of each of them.

Conclusion: The results of the investigation indicated that the correlation between the individual and social skills variables was greater than the hypothesized correlation and this is important in the sense that from the point of view of pedagogical and developmental studies in relation to these free time programs, the effectiveness of these programs at this time is not sufficiently accepted and there is a need for further research in this area.

* Corresponding author

✉ M.Rezaei405@umail.umz.ac.ir



NUMBER OF REFERENCES

0



NUMBER OF FIGURES

0



NUMBER OF TABLES

0

COPYRIGHTS



©2024 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

بررسی میزان اثربخشی برنامه‌های اوقات فراغت آموزش و پرورش بر مهارت‌های فردی و اجتماعی دانش‌آموزان استان سیستان و بلوچستان

جواد نخزری خداخیر^۱، الهام قاسمی^۱، مرتضی رضایی^{۲*}، سجاد میری^۳

^۱ گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه زابل، زابل، ایران.

^۲ گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران

^۳ گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید باهنر کرمان، کرمان، ایران.

چکیده

پیشینه و اهداف: اهمیت دوره نوجوانی و نیز گستردگی اوقات فراغت در میان این گروه سنی حساسیت‌های خاصی را جهت برنامه‌ریزی در خصوص اوقات فراغت برانگیخته است. از آنجایی که فعالیت‌های اوقات فراغت یکی از ضرورت‌های زندگی دانش‌آموزان است پژوهش حاضر به بررسی تأثیر برنامه‌های اوقات فراغت آموزش و پرورش بر مهارت‌های فردی و اجتماعی دانش‌آموزان استان سیستان و بلوچستان پرداخت.

روش‌ها: از لحاظ طرح تحقیق، پژوهش حاضر از نوع توصیفی — همبستگی می‌باشد که از نظر زمانی از تحقیقات مقطعی و از نظر هدف کاربردی می‌باشد که به صورت کمی انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل مربیان پرورشی و تربیت‌بدنی مدارس استان سیستان و بلوچستان بود که پرسشنامه بین آن‌ها توزیع شد و در فرآیند تجزیه و تحلیل قرار گرفت. ابزار تحقیق پرسشنامه‌های مهارت‌های فردی و اجتماعی ماتسون (۱۹۸۳) بود که روایی و پایایی آن مورد بررسی و تأیید قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل آماری از نرم‌افزار SPSS، نسخه ۲۲ استفاده گردید. یافته‌های تحقیق بیانگر وجود رابطه معنادار ($P = 0/001$) بین هر دو متغیر مهارت‌های فردی و اجتماعی و مؤلفه‌های هر کدام از آنان بود. نتایج تحقیق نشان داد میانگین نمرات در همه مؤلفه‌های مهارت‌های فردی و اجتماعی از میانگین فرضی کمتر بوده و این مهم بدان معناست که از نظر دبیران تربیت‌بدنی و پرورشی که بیشترین ارتباط را با این برنامه‌های اوقات فراغت داشته‌اند، فعالیت‌های صورت گرفته در این زمینه به میزان کافی مورد قبول نبوده است و نیاز به بررسی‌های بیشتر در این راستا وجود دارد.

یافته‌ها: یافته‌های تحقیق بیانگر وجود رابطه معنادار ($P = 0/001$) بین هر دو متغیر مهارت‌های فردی و اجتماعی و مؤلفه‌های هر کدام از آنان بود.

نتیجه‌گیری: نتایج تحقیق نشان داد میانگین نمرات در همه مؤلفه‌های مهارت‌های فردی و اجتماعی از میانگین فرضی کمتر بوده و این مهم بدان معناست که از نظر دبیران تربیت‌بدنی و پرورشی که بیشترین ارتباط را با این برنامه‌های اوقات فراغت داشته‌اند، فعالیت‌های صورت گرفته در این زمینه به میزان کافی مورد قبول نبوده است و نیاز به بررسی‌های بیشتر در این راستا وجود دارد.

تاریخ دریافت: ۱۷ تیر ۱۴۰۳

تاریخ داوری: ۱۱ مرداد ۱۴۰۳

تاریخ اصلاح: ۷ شهریور ۱۴۰۳

تاریخ پذیرش: ۲۸ شهریور ۱۴۰۳

واژگان کلیدی:

اوقات فراغت

نوجوانان

آموزش و پرورش

استان سیستان و بلوچستان

*نویسنده مسئول

M.rezaei405@umail.umz.ac.ir

مقدمه

شغلی، خانوادگی و اجتماعی و گذراندن وقت آزاد به شیوه دلخواه است که برخی از نیازهای روانی، مانند گشاده‌خاطری و شادی را در جامعه تأمین می‌کند و نیز از فشارهای روحی برآمده از زندگی شهری می‌کاهد [۴]. صاحب‌نظران اوقات فراغت را عامل برجسته اجتماعی با چارچوب‌های رسمی می‌شمارند که برای اقشار گوناگون جامعه امکان تکامل فردی، روحی و عاطفی پرمعنائی فراهم می‌آورد [۵]. اوقات فراغت فرصت‌های زیادی را برای تمرین نقش‌ها و فعالیت‌های اجتماعی برای توسعه توانایی‌ها و ظرفیت‌های فردی فراهم می‌کند [۶]. آنچه مسلم است این است که اوقات فراغت یکی از موضوعات اصلی و بسیار مهم در عرصه زندگی نوجوانان و جوانان به شمار می‌آید که با رویکرد جهانی‌شدن و پیدایش دهکده جهانی این مقوله از حالت تشریفاتی به امر حیاتی و ضرورتی اجتناب‌ناپذیر با کارکردهای بسیار مؤثر در حیطه مشارکت‌جویی، تربیت اجتماعی و مسئولیت‌پذیری تبدیل شده است

اوقات فراغت یا ساعات آزاد یکی از مسائل قابل توجه برای برنامه‌ریزان فرهنگی هر جامعه و کشوری است، این مسئله آن‌قدر مهم و قابل توجه است که می‌تواند سایر فعالیت‌های افراد را تحت تأثیر خود قرار دهد. اوقات فراغت در تمامی فصول زندگی جریان دارد و چگونگی این اوقات در زندگی پیچیده عصر حاضر، تابعی از نگرش فلسفی و فرهنگی ما نسبت به آن می‌باشد [۱]. اوقات فراغت، مهم‌ترین و دل‌پذیرترین اوقات آحاد بشر و بخشی از ساعات زندگی روزانه انسان‌هاست که فرد با رضایت خاطر به استراحت، تفریح، توسعه آگاهی‌ها یا مشارکت اجتماعی می‌پردازد و داوطلبانه پس از رهایی از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی بدن مشغول می‌شود. لذا توجه به این پدیده مورد توجه بسیاری از جوامع جهت استفاده در سطح کلان قرار گرفته است [۲]. امروزه اوقات فراغت، پدیده‌ای جانبی نیست، بلکه از زمینه‌های مهم تمدن جدید است [۳]. موضوع اوقات فراغت شامل جدایی از اجبارهای

دارای مهارت های فردی در سطح مطلوب نسبت به سایرین بیش از ۵۶ درصد موفقیت بیشتری را تجربه نموده و تا ۷۵ درصد رضایت بیشتری از زندگی دارند [۱۸]. همچنین داشتن مهارت های اجتماعی مناسب در برخورد با دیگران و حضور در اجتماع می تواند فرصت های شغلی بیشتری را در اختیار افراد قرار دهد و موفقیت افراد را به شکل معناداری افزایش دهد [۱۹]. لازم به ذکر است که برنامه های اوقات فراغتی که در این تحقیق مورد بررسی قرار گرفته است شامل کلیه فعالیت های اوقات فراغت اعلام شده توسط اداره کل آموزش و پرورش استان سیستان و بلوچستان در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۱ می باشد. فعالیت های اوقات فراغت صورت گرفته در آموزش و پرورش استان سیستان و بلوچستان در دو گروه تربیت بدنی و فرهنگی و هنری بوده است که در جدول زیر به اختصار توضیح داده شده است.

جدول ۱: فعالیت های اوقات فراغت

فرهنگی و هنری	تربیت بدنی
آموزش قرآن	شنا
احکام اعتقادی	فوتسال
تئاتر	فوتبال
معرق کاری	کشتی
منبت کاری	دو و میدانی
سخنوری	والیبال
سرود	کیدی
گل دوزی	تنیس
خیاطی	تکواندو
نمد دوزی	آمادگی جسمانی
خامه دوزی	شطرنج
نهیج البلاغه	کاراته
تجوید	طناب بازی
چرتکه	ژیمناستیک
گل سازی	حلقه زنی
سکه دوزی	بسکتبال

(استعلام از مناطق مختلف آموزش و پرورش استان سیستان و بلوچستان، ۱۴۰۲)

نقی لو و کتبی (۱۴۰۲) در تحقیقی با عنوان طراحی چارچوب غنی سازی اوقات فراغت دانشجومعلمان کشور توصیه نمودند که دانشگاه فرهنگیان سیاست های کلی و منسجم اوقات فراغت دانشجومعلمان را ترسیم نموده، تفویض اختیار بیشتری به استان ها دهد. از طرفی، ظرفیت ها و توانمندی ها، کمبودها و علایق دانشجومعلمان را شناسایی نموده و نیز با توجه به نیاز آموزش و پرورش به عنوان کارفرمای دانشگاه فرهنگیان، طی فرایند برنامه ریزی، سازماندهی، بودجه بندی و نظارت کارآمد و هدفمند در جهت غنی سازی اوقات فراغت دانشجومعلمان برآیند. همچنین بسیار مهم است فعالیت های فراغتی دانشجویمان جذاب، کاربردی، مفرح، هدفمند، متنوع، مفید و خلاقانه باشد تا بر استقبال آنان بیافزاید [۲۰]. در تحقیقی دیگر سپهریان و همکاران (۱۴۰۲) به طراحی مدل کیفی عوامل مؤثر بر نهادینه سازی اوقات فراغت ورزشی در شیوه

[۱۷]. اوقات فراغت با تحولات اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی جامعه رابطه متقابل دارد و دولت ها و نهادهای فرهنگی و مؤسسات مختلف می کوشند تا امکانات لازم را برای گذراندن اوقات فراغت همه طبقات به خصوص نوجوانان و قشر دانش آموز فراهم کنند تا بر اساس آن استعداد های درونی افراد شکوفا شود [۱۸]. مهارت های فردی - اجتماعی می تواند اعمال شخصی و اعمال مربوط به دیگران و نیز اعمال مربوط به محیط اطراف را طوری هدایت کند که به سلامت بیشتر منجر شود و سلامت بیشتر یعنی آسایش بیشتر جسمانی، روانی و اجتماعی [۱۹]. سخایی در پژوهشی با عنوان بررسی نحوه گذراندن اوقات فراغت دانش آموزان دوره متوسطه شهرستان فریدون، متوسط ساعات اوقات فراغت دانش آموزان پسر دوره متوسط مناطق روستایی ۵/۵ ساعت گزارش نموده است و گرایش دانش آموزان به گذران اوقات فراغت خود را فعالیت های آموزشی در حد متوسط، ورزشی در حد خوب، فعالیت های مذهبی و هنری در حد ضعیف ارزیابی کرده است [۱۰]. علاوه بر این ارکان در بررسی نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دوره متوسطه شهر یزد و راه های بهینه سازی آن نتیجه گرفت هر چند دانش آموزان از نحوه گذران اوقات فراغت خود چندان راضی نبودند و مراکز و امکانات اوقات فراغت را ناکافی می دانستند اما آن را مؤثر و مربیان را کارآمد گزارش کرده بودند. از جمله فعالیت های مورد علاقه آن ها فعالیت های ورزشی، تماشای تلویزیون، کار با کامپیوتر، سینما رفتن، مطالعه، شرکت در کلاس های آموزشی و فعالیت های هنری بوده است [۱۱]. مهرداد نیز در پژوهش خود با عنوان "آسیب شناسی اوقات فراغت نوجوانان ۱۲ تا ۱۷ ساله استان لرستان" نتیجه گرفت نوجوانان ۱۲ تا ۱۷ ساله اوقات فراغت خود را به انجام فعالیت های فرهنگی - هنری، تفریحی، مطالعه آزاد، فعالیت های مذهبی، مهارتی ورزش می گذرانند و عمده ترین آسیب های اوقات فراغت نوجوانان را عوامل ساختار سازمانی، فرهنگی، عدم اطلاع رسانی، وضعیت نامطلوب اقتصادی و نبود انگیزه بیان کرده است [۱۲]. اوقات فراغت برای مردم با شرایط اجتماعی متفاوت، می تواند به شدت متفاوت باشد [۱۳]. بسیاری از مسأله فرهنگی می تواند در انتخاب برنامه اوقات فراغت، استمرار و موفقیت آن در بین افراد جامعه اثر گذار باشد [۱۴]. باید دقت داشت که کودکان دنباله رو رفتار و عقاید بزرگترها خواهند بود، اگر از نظر خانواده برنامه ورزشی یا غیر ورزشی موثر باشد، کودک به سمت آن برنامه گرایش خواهد داشت و در غیر این صورت به احتمال زیاد آن برنامه فراغتی را تجربه نخواهد کرد [۱۵]. امروزه رشد شبکه های اجتماعی و تلویزیون باعث گردیده است که دانش آموزان تا اندازه زیادی با برنامه های اوقات فراغت آشنا شده و برای شرکت در آن ها علاقه مند باشند [۱۶]. حال سوال مهم آن است که کدام یک از این برنامه ها می تواند بر روی آن ها تاثیرات مثبت بیشتر بگذارد و کدام یک مخرب است؟ افراد در زندگی با مهارت های مختلفی آشنا شده که برخی از آن ها را فرا گرفته و در برخی ناتوان هستند، مهارت های فردی و اجتماعی می تواند در رشد و توسعه انسان ها در زندگی به شدت تاثیر گذار باشد [۱۷]. تحقیقات نشان می دهد که افراد

دبیران تربیت‌بدنی و پرورشی دوره متوسطه مدارس استان سیستان و بلوچستان می‌باشد؛ که تعداد آن‌ها بر اساس استعلام از اداره کل آموزش و پرورش استان سیستان و بلوچستان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ برابر با ۱۳۴۵ نفر بوده است که برای این تحقیق با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی، خوشه‌ای - مرحله‌ای انتخاب خواهد شد. نمونه آماری این تحقیق بر اساس جدول مورگان ۳۰۰ نفر می‌باشد که محقق برای دستیابی به نتایجی جامع‌تر پرسشنامه را در میان تمامی جامعه آماری شهرستان‌های هدف توزیع نموده است. پرسشنامه‌های بازگردانده شده به محقق ۴۲۵ پرسشنامه بوده است که مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفته است.

جدول ۲: پرسشنامه‌های توزیع شده در جامعه آماری

شهرستان	تعداد معلم تربیت‌بدنی و پرورشی	تعداد پرسشنامه
زابل	۲۵۰	۷۹
زهک	۱۷۵	۵۵
میرجاوه	۱۴۵	۴۶
نصرت‌آباد	۱۳۸	۴۳
خش	۲۰۵	۶۵
ایرانشهر	۱۹۵	۶۲
نیک‌شهر	۸۵	۲۷
چهل‌پل	۱۵۲	۴۸
مجموع	۱۳۴۵	

آمار با استعلام از اداره کل آموزش و پرورش استان سیستان و بلوچستان، (اسفند ۱۴۰۱)

در این پژوهش ابزار تحقیق پرسشنامه محقق ساخته است که با توجه به نوع اطلاعات لازم در انجام این تحقیق از ابزارهای متنوع شامل بررسی اسناد و مدارک موجود (روش کتابخانه‌ای) و بررسی میدانی با استفاده از توزیع پرسشنامه برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده شده است. پرسشنامه تحقیق از دو بخش تشکیل شده است که در بخش اول به جمع‌آوری اطلاعات دموگرافیک آزمودنی‌ها از قبیل جنسیت، سن، سابقه کار و مدرک تحصیلی پرداخته می‌شود. در بخش دوم این پرسشنامه از دو پرسشنامه مهارت‌های فردی ماتسون ۱۹۸۳ و مهارت‌های اجتماعی ماتسون ۱۹۸۳ استفاده شده است که در ادامه به معرفی هر کدام خواهیم پرداخت.

پرسشنامه مهارت‌های فردی ماتسون ۱۹۸۳

این پرسشنامه دارای ۱۹ سؤال بوده و هدف آن سنجش میزان مهارت فردی در افراد مختلف است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت بوده است. برای به دست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیازات همه سؤالات را با هم جمع شده است. این امتیاز دامنه‌ای از ۱۹ تا ۹۵ را خواهد داشت. نمره‌های بالاتر نشان دهنده مهارت فردی بالاتر در شخص پاسخ‌دهنده خواهند بود. این پرسشنامه دارای چهار ریز فاکتور است که سؤالات ۱، ۲، ۳، ۱۵، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۴، ۱۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۴، ۱۹ برای مهارت عزت‌نفس، سؤالات ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۴، ۱۹ برای مهارت‌های خود

زندگی جوانان ایرانی پرداخته و نشان داد که آگاهی از عوامل مؤثر بر نهادینه‌سازی اوقات فراغت ورزشی در زندگی جوانان ایرانی ارائه شده در آن پژوهش می‌تواند منبعی کاربردی و جامع برای رفع محدودیت‌های اوقات فراغت ورزشی جوانان و ترویج ورزش در اوقات فراغت جوانان ایرانی برای مسئولان نهادهای مرتبط با ورزش و جوانان باشد [۲۱]. علاوه بر آن فلاحی و همکاران (۱۴۰۱) در تحقیقی با عنوان طراحی مدل نهادینه‌سازی فعالیت ورزشی در اوقات فراغت ایران و تبیین آینده آن مبتنی بر سناریونویسی در افق ۱۴۲۰ پرداخت که یافته‌های این پژوهش در دو بخش ارائه شده بود که در بخش اول پنج پیشران وضعیت درآمد، هزینه استفاده از امکانات ورزشی (عضویت باشگاه و خرید وسایل)، فرهنگ‌سازی از طریق رسانه، خانواده و سیستم آموزشی، سرانه فضاهای ورزشی و تدوین برنامه جامع توسعه فعالیت بدنی در اوقات فراغت توسط مدیران، در این بخش تعیین‌شده و روابط اثرگذاری و اثرپذیری میان مؤلفه‌ها تحلیل شده است و در بخش دوم به شناسایی و توصیف سناریوهای محتمل و سازگار بر اساس پیشران‌ها و عدم قطعیت‌های ذی‌ربط، پرداخته است [۲۲]. همچنین یوسفی و همکاران (۱۳۹۶) در تحقیقی به آزمون عوامل روانی، اجتماعی و محیطی در پیش‌بینی فعالیت جسمانی در میان یک نمونه تصادفی از دانش‌آموزان دختر مقاطع تحصیلی متوسطه شهر ارومیه پرداختند و نشان دادند که همه متغیرهای محیطی، اجتماعی و روانی، با هم همبستگی متقابل داشته و با فعالیت جسمانی رابطه معنی‌داری دارند. بر این اساس، دسترسی به شرایط محیطی مناسب، حمایت دوستان از فعالیت‌های جسمانی، و احساس خودکارآمدی برای انجام فعالیت‌های جسمانی از تعیین‌کننده‌های معنی‌دار برای انجام فعالیت‌های جسمانی در اوقات فراغت دختران نوجوان است [۲۳]. آموزش و پرورش به‌عنوان مهم‌ترین رکن در برگزاری برنامه‌های اوقات فراغت عامل شکوفایی استعدادها، کسب تجارب سودمند و همچنین رشد تحصیلی در قشر دانش‌آموز می‌باشد. با توجه به شرایط اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی و ساختار مدیریتی اوقات فراغت در مدارس کشور به نظر می‌رسد برنامه‌های اوقات فراغت در مدارس استان سیستان و بلوچستان از اهمیت و جایگاه مناسبی برخوردار نباشد. تاکنون چنین تحقیقی در رابطه با برنامه‌های اوقات فراغت آموزش و پرورش بر مهارت‌های فردی و اجتماعی دانش‌آموزان استان سیستان و بلوچستان در کشور صورت نگرفته است، اما تحقیقات مشابهی در ارتباط با اهمیت اوقات فراغت صورت گرفته است. از این رو، تحقیق حاضر به بررسی میزان اثربخشی برنامه‌های اوقات فراغت آموزش و پرورش بر مهارت‌های فردی و اجتماعی دانش‌آموزان استان سیستان و بلوچستان پرداخت و محقق در پی آن بود تا اندازه اثر برنامه‌های اوقات فراغت آموزش و پرورش بر مهارت‌های فردی و اجتماعی دانش‌آموزان استان سیستان و بلوچستان را مورد بررسی قرار دهد.

روش‌شناسی

تحقیق حاضر از نظر هدف کاربردی، از نظر روش، توصیفی و از نظر انواع تحقیق‌های توصیفی نیز پیمایشی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل

کنترلی و سؤالات ۸، ۹، ۱۱، ۱۳، ۱۶، ۱۷ برای مهارت‌های درک متقابل می‌باشد. در پایان‌نامه منجمی زاده (۱۳۹۱) روایی همزمان آن مورد تأیید قرار گرفت. همچنین پایانی پرسشنامه یا قابلیت اعتماد آن با استفاده از روش اندازه‌گیری آلفای کرونباخ ۰/۷۳ به دست آمد [۲۴] که نشان دهنده پایایی خوب این پرسشنامه است. پایایی این پرسشنامه در این پژوهش نیز پیش از اجرای کامل تحقیق و با بررسی ۵۰ پرسشنامه اولیه مورد بررسی قرار گرفت که میزان آن ۰/۸۶ برای ضریب آلفای کرونباخ محاسبه گردید.

پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی ماتسون ۱۹۸۳ این پرسشنامه دارای ۵۶ سؤال بوده و هدف آن سنجش مهارت‌های اجتماعی از ابعاد مختلف (مهارت‌های اجتماعی مناسب، رفتارهای غیراجتماعی، پرخاشگری و رفتارهای تکانشی، برتری‌طلبی، اطمینان زیاد به خود داشتن، رابطه با همسالان) است. این پرسشنامه دارای ۵ بعد است که در بعد مهارت‌های اجتماعی مناسب ۱۸ سؤال، رفتارهای غیراجتماعی ۱۱ سؤال، پرخاشگری و رفتارهای تکانشی ۱۲ سؤال، برتری‌طلبی، اطمینان زیاد به خود داشتن ۵ سؤال و رابطه با همسالان ۹ سؤال به کار رفته است. در پژوهش یوسفی و همکاران (۱۳۸۱) روایی سازه این پرسشنامه مورد تأیید قرار گرفت و پنج عامل به دست آمد و همچنین پایانی پرسشنامه یا قابلیت اعتماد آن با استفاده از روش اندازه‌گیری آلفای کرونباخ ۰/۸۶ محاسبه شد [۲۵]. همچنین در این پژوهش نیز پیش از توزیع کامل پرسشنامه‌ها، پایایی این پرسشنامه برای یک جامعه آماری ۵۰ نفره از جامعه آماری بر اساس ضریب آلفای کرونباخ مورد محاسبه قرار گرفت که مقدار آن ۰/۸۷ مورد محاسبه قرار گرفت که این میزان در حد مطلوبی است و می‌توان از آن بهره برد.

یافته‌ها

در ابتدا برای بررسی جامعه‌شناختی مشارکت‌کنندگان در این پژوهش به بررسی ویژگی‌های دموگرافیک مشارکت‌کنندگان پرداخته می‌شود و در ادامه به آزمون فرضیه‌های تحقیق پرداخته شده است. با توجه به نتایج جدول ۳، از ۴۲۰ نفری که در این مطالعه به سؤال مربوط به جنسیت پاسخ داده بودند، ۲۴۹ نفر (۵۹/۳ درصد) مرد و ۱۷۱ نفر (۴۰/۷ درصد) زن بودند. همچنین در این مطالعه ۶۲ نفر (۱۴/۸ درصد) دارای مدرک دیپلم، ۵۵ نفر (۱۳/۱ درصد) دارای مدرک

تحصیلی کاردانی، ۱۲۳ نفر (۲۹/۳ درصد) دارای مدرک تحصیلی کارشناسی، ۹۵ نفر (۲۲/۶ درصد) دارای مدرک تحصیلی کارشناسی ارشد و ۸۵ نفر (۲۰/۲ درصد) دارای مدرک تحصیلی دکترا بودند. علاوه بر آن ۲۴۷ نفر (۵۸/۸ درصد) دارای پست سازمانی دبیر تربیت‌بدنی و ۱۷۳ نفر (۴۱/۲ درصد) دارای پست سازمانی دبیر پرورشی بودند. در این مطالعه ۱۰۸ نفر (۲۵/۷ درصد) دارای سابقه کمتر از ۵ سال، ۸۱ نفر (۱۹/۳ درصد) دارای سابقه ۵ تا ۱۰ سال، ۱۳۲ نفر (۳۱/۴ درصد) دارای سابقه ۱۱ تا ۱۵ سال، ۸۴ نفر (۲۰ درصد) دارای سابقه ۱۶-۲۰ سال و ۱۵ نفر (۳/۶ درصد) دارای سابقه بیشتر از ۲۰ سال بودند. برای پاسخگویی به سؤالات مطرح شده در پژوهش با توجه به اینکه داده‌های این پژوهش وابسته به متغیرهای پیوسته می‌باشد و مقایسه میانگین‌های واقعی با یک میانگین نظری مدنظر بوده است، از آزمون t تک نمونه‌ای استفاده گردید. با توجه به پنج‌درجه‌ای بودن مقیاس و نمره‌گذاری از یک تا پنج، میانگین فرضی جامعه ۳ در نظر گرفته شده است. برای هر متغیر نمرات سؤالات مربوطه به آن جمع گردید و بر تعداد سؤالات آن تقسیم گردید و از میانگین متغیرهای موجود در سؤالات برای مقایسه با میانگین فرضی استفاده شد. با استفاده از نرم‌افزار *SPSS* آزمون t تک نمونه‌ای، برای سؤالات تحقیق محاسبه و بر اساس نتایج آن، سؤالات تفسیر گردید. نتایج بررسی سؤالات تحقیق در جدول شماره ۴ و ۵ قابل مشاهده است.

بر اساس نتایج جداول ۴ و ۵، اختلاف میانگین حاصل شده در هر کدام از عوامل تحقیق با ۰/۹۵ اطمینان می‌توان گفت که اختلاف بین دو میانگین در همه عوامل (فردی، عاطفی، عزت‌نفس، خودکنترلی، درک متقابل، مهارت‌های اجتماعی مناسب، رفتارهای غیراجتماعی، پرخاشگری و رفتارهای تکانی، برتری‌طلبی و اطمینان زیاد به خود، رابطه با همسالان و رفتار اجتماعی) معنی‌دار می‌باشد و میانگین تمامی عوامل از میانگین فرضی کوچک‌تر می‌باشد. پس می‌توان اظهار نمود عوامل فردی، عاطفی، عزت‌نفس، خودکنترلی، درک متقابل، مهارت‌های اجتماعی مناسب، رفتارهای غیراجتماعی، پرخاشگری و رفتارهای تکانی، برتری‌طلبی و اطمینان زیاد به خود، رابطه با همسالان و رفتار اجتماعی در اوقات فراغت دانش‌آموزان در استان سیستان و بلوچستان از نظر دبیران تربیت‌بدنی و دبیران پرورشی تأثیرگذار می‌باشد.

جدول ۳: ویژگی‌های دموگرافیک آزمودنی‌ها

جنسیت	مرد	زن
درصد	۵۹/۳	۴۰/۷
سطح تحصیلات	کاردانی	کارشناسی ارشد
فراوانی	۵۵	۹۵
پست سازمانی	دبیر پرورشی	دبیر تربیت‌بدنی
فراوانی	۱۲۳	۲۴۷
سابقه	زیر ۵ سال	۱۱-۱۵ سال
درصد	۱۹/۳	۳۱/۴
	۵-۱۰ سال	۱۶-۲۰ سال
	۲۵/۷	۲۰
		بالای ۲۰ سال
		۳/۶

جدول ۴: نتایج شاخص‌های پراکندگی در خصوص عوامل مورد بررسی در تحقیق

خطای استاندارد	انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	
۰/۹۹۸	۲۰/۴۰۷	۵۰/۸۷	۴۱۸	رفتار فردی
۰/۲۱۶	۴/۴۲	۱۰/۸۵	۴۱۸	عاطفی
۰/۲۱۳۶	۴/۳۷۷	۱۰/۷۵	۴۲۰	عزت‌نفس
۰/۲۷	۵/۵۴	۱۳/۲۰	۴۲۰	خودکنترلی
۰/۳۱۲	۶/۳۷	۱۶/۰۶	۴۱۸	درک متقابل
۰/۹۴۵	۱۹/۳۲	۴۸/۱۸	۴۱۸	مهارت‌های اجتماعی مناسب
۰/۵۷	۱۱/۷۶	۲۹/۲۲	۴۱۹	رفتارهای غیراجتماعی
۰/۴۵۷	۹/۳۴	۳۳/۱۸	۴۱۸	پرخاشگری و رفتارهای تکانی
۰/۳۱۹	۶/۵۳	۱۶/۱۱	۴۲۰	برتری‌طلبی و اطمینان زیاد به خود
۰/۴۷۵	۹/۷۲	۲۴/۱۲	۴۱۸	رابطه با همسالان
۲/۵۸	۵۲/۵۷	۱۵۱/۱۷	۴۱۵	رفتار اجتماعی

جدول ۵: نتایج آزمون t تک نمونه‌ای مقایسه‌ی نظرات آزمودنی‌ها در خصوص سوالات تحقیق

عوامل	t	اعتبار تست	درجه آزادی	سطح معناداری	اختلاف میانگین	فاصله اطمینان ۹۵ درصدی کران پایین	کران بالا
رفتار فردی	-۶/۱۳۶	۵۷	۴۱۷	۰/۰۰۱	-۶/۱۲۴	-۸/۰۸	-۴/۱۶
عاطفی	-۵/۳۱	۱۲	۴۱۷	۰/۰۰۱	-۱/۱۴	-۱/۵۷	-۰/۷۲۳
عزت‌نفس	-۵/۸۴	۱۲	۴۱۹	۰/۰۰۱	-۱/۲۴	-۱/۶۶	-۰/۸۲
خودکنترلی	-۶/۶۴	۱۵	۴۱۹	۰/۰۰۱	-۱/۷۹	-۲/۳۲	-۱/۲۶
درک متقابل	-۶/۲۱	۱۸	۴۱۷	۰/۰۰۱	-۱/۹۳	-۲/۵۵	-۱/۳۲
مهارت‌های اجتماعی مناسب	-۶/۱۵۷	۵۴	۴۱۷	۰/۰۰۱	-۵/۸۱	-۷/۶۷	-۳/۶۶
رفتارهای غیراجتماعی	-۵/۳۶۱	۳۳	۴۱۸	۰/۰۰۱	-۳/۷۷	-۴/۹	-۲/۶۴
پرخاشگری و رفتارهای تکانی	-۶/۱۵۱	۳۶	۴۱۷	۰/۰۰۱	-۲/۸۱	-۳/۷	-۱/۹۱۲
برتری‌طلبی و اطمینان زیاد به خود	-۵/۸۹۶	۱۸	۴۱۹	۰/۰۰۱	-۱/۸۸	-۲/۵۰۸	-۱/۲۵۳
رابطه با همسالان	-۶/۰۴۳	۲۷	۴۱۷	۰/۰۰۱	-۲/۸۷	-۳/۸	-۱/۹۳
رفتار اجتماعی	-۶/۵۲	۱۶۸	۴۱۴	۰/۰۰۱	-۱۶/۸۲	-۲۱/۹	۱۱/۷۵۵

نتایج و بحث

این تحقیق با هدف بررسی میزان اثربخشی برنامه‌های اوقات فراغت آموزش و پرورش بر مهارت‌های فردی و اجتماعی دانش‌آموزان استان سیستان و بلوچستان انجام شده است. در این خصوص به بررسی عوامل فردی، عاطفی، عزت‌نفس، خودکنترلی، درک متقابل، مهارت‌های اجتماعی مناسب، رفتارهای غیراجتماعی، پرخاشگری و رفتارهای تکانی، برتری‌طلبی و اطمینان زیاد به خود، رابطه با همسالان و رفتار اجتماعی در اثربخشی برنامه‌های اوقات فراغت آموزش و پرورش بر مهارت‌های فردی و اجتماعی دانش‌آموزان استان سیستان و بلوچستان پرداخته شده است که نتایج آن در ادامه تبیین می‌گردد. برنامه‌های اوقات فراغت که در موضوع تحقیق حاضر بیشتر در خصوص برنامه‌های حوزه‌های ورزشی و فرهنگی بوده است با درگیر نمودن نوجوانان در موضوعات کاربردی در زندگی در تلاش‌اند تا به خودسازی در کودکان کمک کنند و مهارت‌هایی نظیر خودکنترلی و عزت‌نفس را در آن‌ها افزایش داده و با ساختن انسان‌هایی قدرتمند به داشتن نیروی انسانی مفید برای فردای

ایران اسلامی کمک نماید. شاید در این خصوص اشاره به کلاس‌هایی نظیر احکام و داستان‌هایی از قرآن که در حوزه فرهنگی انجام گرفته است و کودک را با بیان داست آن‌هایی پند آموز به پختگی لازم می‌رساند است یا آموزش تکنیک‌های فردی برای بالا بردن روحیه فردی و عزت‌نفس کودک در آموزش‌های یک مهارت ورزشی مانند دربیل بسکتبال، از مواردی است که در بهبود مهارت‌های فردی در کلاس‌های اوقات فراغت مؤثر و مفید بوده است. به‌طور کلی آنچه در این تحقیق و تحقیق حاضر مورد توجه است، لزوم توجه به سلامت روانی افراد از سنین مدرسه تا سالمندی است، باید به این مهم توجه داشت که توجه به مهارت‌های روانی فردی و عاطفی کودکان برای آماده ساختن آن‌ها برای زندگی در آینده می‌تواند بسیار حائز اهمیت باشد به شکلی که حتی اگر فرد از جسمی سالم نیز برخوردار باشد، اگر از روان و عاطفی نا آماده رنج ببرد، نخواهد توانست فردی مفید برای آینده باشد و برای سازندگی جامعه نقش ایفا کند. برگزاری کلاس‌های ورزشی با توجه به اهمیتی که در توسعه روح تعاون و مشارکت و همچنین لذت پیروزی

می‌تواند به شکل بسیار مؤثری در کاهش رفتارهای پرخطر اجتماعی نقش ایفا کند. یک نوجوان پرورش یافته در کلاس‌های اوقات فراغت ورزشی زیر نظر یک مربی کارگشته و اخلاق مدار، یقیناً کمتر به سمت بزهکاری یا رفتارهای پرخطر اجتماعی نظیر سرقت، آدم‌ربایی و ... رفته و انجام چنین کارهایی را دور از خود و شخصیت والای خود می‌بیند. بر این اساس توجه به کلاس‌های ورزشی که می‌تواند به شکل مدون در برنامه‌های اوقات فراغت مورد توجه باشد از اهمیت بالایی برخوردار است. باید بر این مهم تأکید کرد که مشغول کردن نوجوانان به طرق مختلف می‌تواند در کاهش انرژی آن‌ها و روحیه پرخاشجویی آن‌ها مؤثر واقع شود، گاهی بطالت و بی‌برنامگی می‌تواند زمینه‌ساز حضور نوجوانان در مسیرهایی گردد که پایان خوبی در آن وجود ندارد. مشغولیت نوجوانان و حضور در رشته‌های ورزشی، همان‌طور که پیش از این نیز عنوان شد، می‌تواند به عنوان راهی برای صحبت کردن با دانش‌آموزان، ارائه اسوه‌هایی قابل قبول، صحبت از سرگذشت پیشینیان و ارائه برنامه و رهنمود برای فردایی بهتر به آن‌ها مورد استفاده قرار گیرد. در این پژوهش محقق در تلاش است تا به اهمیت برقراری ارتباط و تمایلات نوجوانان به برتری‌جویی اشاره کند. به‌طور کلی ذات انسان بر تکامل جویی و برتری‌جویی نسبت به دیگران ساخته شده است، انسان‌ها همواره در تلاش‌اند تا برتر بودن نسبت به دیگران را به مرحله ظهور برسانند و خود را به عنوان بهترین معرفی کنند، این احساس در کودکان و نوجوانان با شدت بیشتری در حال نمود است که استفاده از کلاس‌های اوقات فراغت ورزشی به عنوان راهی مناسب برای کسب موفقیت و ارضای نیازهای برتری‌جویی دانش‌آموزان به صورت تیمی و انفرادی فراهم می‌آورد. توجه به تشکیل تیم‌های اخلاق مدار در کنار توجه به روحیه پهلوانی و انسان‌دوست می‌تواند برتری را در مسیرهایی جدای از پیروزی در ذهن نوجوانان معنا کند. به‌طور کلی باید عنوان داشت که نوجوانان مانند لوح‌های پاک هستند که به صورت مستمر از اطرافیان خود تأثیر می‌پذیرند، بیشترین گروه تأثیرگذار بر نوجوانان گروه همسالان‌اند که به علت ارتباط صمیمانه‌تر و زبانی دوستانه‌تر بر روی نوجوانان تأثیر بیشتری دارند. توجه به کلاس‌های اوقات فراغت به عنوان ابزاری مناسب در گردآوری گروه همسالان و ارائه آموزش‌هایی در خصوص مهارت‌های اجتماعی می‌تواند به شکل مؤثری در رشد و شکوفایی نوجوانان نقش ایفا کند، چالش‌ها و شبهات آن‌ها را رفع نموده و به آن‌های برای ساختن یک شخصیت مؤثر راهنمایی نمایند. شاید مهم‌ترین اهمیت کلاس‌های اوقات فراغت را بتوان در بهبود مهارت‌های اجتماعی نوجوانان خلاصه نمود. مهارت‌هایی که فرد را برای زیستن به عنوان یک شهروند معمولی در جامعه آماده می‌کند و از بزهکاری و ایجاد مخاطره یا انواع وندالیسم‌هایی می‌دهد. محقق بر این باور است که برگزاری انواع کلاس‌های فرهنگی ورزشی نظیر نحوه برقراری ارتباط، سخنوری، مجری‌گری، داوری رشته‌های مختلف ورزشی و ارتقاء در رشته‌های مختلف ورزشی می‌تواند او را برای زندگی در محیط اجتماع همراهی کند.

برای فرد دارد، در کنار ایجاد حس موفقیت در شرایط دشوار و زمانی که فرد یا تیمی که فرد در آن مشغول است با شکست روبه‌رو می‌شود نیز او را برای آینده و شرایط واقعی محیط زندگی آماده می‌کند. در نتایج تحقیق صفنیا به این مهم اشاره می‌شود که فعالیت‌های بدنی در طول اوقات فراغت دانشجویان باعث ایجاد سلامت جسمانی و بهبود وضعیت روحی و روانی دانشجویان گشته و این مهم خود باعث بالا رفتن قدرت اراده، افزایش حس اعتماد به نفس و توانایی تصمیم‌گیری می‌شود. در تحقیق حاضر نیز توجه به عزت‌نفس کودک به عنوان یک مهارت کاربردی در رویارویی با مشکلات با استفاده از کلاس‌هایی نظیر بهبود اعتماد به نفس که در کلاس‌های فرهنگی با تأکید بر ارزش وجودی انسان، دلایل خلقت او، جایگاه او نزد خداوند رحمان و همچنین احترام به دانش‌آموز با القای حس مفید بودن و آینده‌سازی برای جامعه در آینده‌ای نزدیک می‌توان به بهبود عزت‌نفس در کودک کمک نمود. در تحقیق حاضر نیز محقق بر این عقیده است که برگزاری کلاس‌های ورزشی با تخلیه انرژی و هیجانات کاذب کودکان و نوجوانان می‌تواند آن‌ها را در کنترل بهتر عواطف و احساسات خود در روبه‌رو شدن با مشکلات همراه کند. این خود کنترلی می‌تواند از ورود دانش‌آموزان به عرصه‌های تباهی نظیر دخانیات، سرقت و بزهکاری جلوگیری کند و با ایجاد روحیه‌ای خودساخته او را برای تبدیل شدن به یک شهروند ایده آل راهنمایی کند. در این تحقیق ما بر این عقیده‌ایم که توجه به توسعه و ساخت شخصیت نوجوانان بدون توجه به محیط پیرامون زندگی آن‌ها و درک متقابل از آن امکان پذیر نمی‌باشد، بنابراین در استانی مانند سیستان و بلوچستان که مردم به دلایل مختلف با مشکلات معیشتی مواجه هستند، توجه به کلاس‌های کارآموزی و فنی از اهمیت بسزایی برخوردار است که در برخی نقاط این کلاس‌ها تاندازه‌ای با عناوینی نظیر سفالگری و معرق‌کاری اجرا شده بوده است. باید توجه داشت که رها کردن نوجوان در دنیای امروز که شبهات و سؤالات زیادی برای نوجوان در مسائل مختلف مطرح می‌گردد، باعث گمراهی و عدم موفقیت او خواهد شد. لازم به ذکر است که کلاس‌های اوقات فراغت با مشغولیت نوجوانان به الگوهای رفتاری مناسب و بیان تجربیاتی از رفتارهای نامناسب اجتماعی توسط دیگران، می‌تواند نوجوان را از نتیجه رفتارهای نامناسب اجتماعی آگاه نمود و او را از افتادن در چاه‌های پیش رو آگاه نمود. همچنین توجه به این نکته می‌تواند بسیار حائز اهمیت باشد که یادگیری یک رفتار اجتماعی درست به خودی خود می‌تواند باعث عدم انجام آن به شکل ناصحیح گردد، فردی که از اهمیت ایده علمی نو بکر اطلاع دارد و از خطرات و عواقب سرقت علمی و درآمدزایی نادرست از طریق آن مطلع است، کمتر به سمت چنین راه‌هایی خواهد رفت، گاهی بسیاری از رفتارهای نادرست اجتماعی از نظر نوجوان جرم محسوب نمی‌شود، این در حالی است که از نظر قانون شرایط به‌گونه‌ای دیگر است. لازم به ذکر است که ورزش همواره با روحیه جوانمردی و فروتنی به هنرآموزان آموزش داده می‌شود و تنها موارد محدودی را می‌توان یافت که از این قاعده پیروی نکرده باشند، آموزش اخلاق در ورزش

نتیجه‌گیری

در راستای کار این پژوهش می‌توان عنوان داشت که نتایج از وجود اثربخشی کم ولی تا حدودی مطلوب (پایین‌تر بودن میانگین از میانگین فرضی با وجود کم بودن فاصله میانگین فرضی و هر کدام از فرضیات تحقیق) برنامه‌های اوقات فراغت حکایت داشت. لازم به ذکر است که کیفیت این کلاس‌ها که توسط آموزش و پرورش در سطح استان انجام شده است از سوی پاسخ‌دهندگان به سؤالات تحقیق از میانگین در تمامی فرضیه‌ها، میانگین پایین‌تری را به خود اختصاص داده است که این مهم بر بررسی بیشتر موضوع مبنی بر برگزاری کلاس‌هایی با امکانات و فضایی بهتر، استفاده از دبیران و مربیانی کارآموده و با تجربه‌تر، ارتقاء سطح کلاس‌ها و تشکیل کلاس‌هایی با نیازهای جدید دانش‌آموزان، استفاده از زمان مناسب‌تر (برخی کلاس‌ها در صبح بسیار زود یا بعد از غروب آفتاب برگزار می‌گردید)، ارائه مدارک معتبر به شرکت‌کنندگان و مواردی این‌گونه اشاره دارد. البته بسیار قابل توجه و لازم به ذکر است که محدوده زمانی فعالیت‌ها در این تحقیق، فعالیت‌های اوقات فراغتی بوده است که در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بوده است که این مهم با توجه به بیماری منحوس کرونا و برگزاری بسیاری از کلاس‌ها به صورت مجازی باعث گردیده تا علاوه بر کاهش کارایی و کیفیت کلاس‌ها به دلیل عدم حضور رو در رو چهره به چهره مربی و دانش‌آموز، به دلیل عدم دسترسی همه دانش‌آموزان به کلاس‌های مجازی به دلایل متفاوت بر موفقیت این برنامه‌های اوقات فراغت سایه گسترده است.

پیشنهادات تحقیق

بر اساس نتایج این تحقیق پیشنهاد می‌شود تا یک سامانه نظارتی برای نظارت بر فعالیت‌های اوقات فراغت انجام شده تأسیس والدین دانش‌آموزان به پر کردن پرسشنامه‌ای در خصوص اثربخشی آن فعالیت اقدام کنند. همچنین پیشنهاد می‌شود تا مدیران برگزارکننده این فعالیت‌ها ملزم به استفاده از مربیانی با تجربه و آموزش‌دیده با مدارکی معتبر در خصوص موضوعات مورد تدریس شوند. علاوه بر آن پیشنهاد می‌شود تا امکانات و تجهیزات متقاضیان برگزاری این فعالیت‌ها توسط آموزش و پرورش هر منطقه یا شهرستان بررسی و سپس به متقاضی اجازه فعالیت داده شود.

مشارکت نویسندگان

این طرح پژوهشی با مشارکت چهار پژوهشگر بوده است که اجرای طرح توسط مرتضی رضائی، توزیع پرسشنامه سجاد میری و ویراستاری علمی توسط آقای نخزری و خانم قاسمی صورت گرفته است.

تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از طرح تحقیقاتی با عنوان بررسی میزان اثربخشی برنامه‌های اوقات فراغت آموزش و پرورش بر مهارت‌های فردی و اجتماعی دانش‌آموزان استان سیستان و بلوچستان است که با حمایت مالی پژوهشکده تعلیم و تربیت اداره کل آموزش و پرورش استان سیستان و بلوچستان صورت گرفته است؛ بنابراین محققین بر خود لازم می‌دانند از پژوهشکده تعلیم و تربیت اداره کل مذکور در این خصوص تقدیر و تشکر به عمل آورند.

تعارض منافع

این مقاله برگرفته از طرح تحقیقاتی با عنوان بررسی میزان اثربخشی برنامه‌های اوقات فراغت آموزش و پرورش بر مهارت‌های فردی و اجتماعی دانش‌آموزان استان سیستان و بلوچستان است.

منابع و مأخذ

- [1] Zalzadeh, F. research on how girls spend their free time in high schools of Tehran region 2 and 3, Tehran, Master's thesis of Tarbiat-e-Molem University, 2017.
- [2] Amini, M. Artistic education in the realm of education, Tehran, Abizh Publications. 2017.
- [3] Afrasiabi, H; Madhagi, J. Representation and explanation of the role of leisure time in smoking addiction among students. Welfare planning and social development. 2015, 7(26), 178-216.
- [4] Naderi, A., Shahbazi, M.; Akbari, A. Anthropological analysis of women's sports: a study on sports activities in women's parks in Tehran. Iran Anthropological Research, 2013, 4(2) 51-68.
- [5] Rouhani, M., Abdi, K., Mirhosseini, S.; Kazemi, A. Development of free time of physical education teachers based on the approach of improving human resources in school environments. Scientific research quarterly of school management. Number 4. Period, 2021., 15. 45-56.
- [6] Lee, W., jeong, C. Effects of pro-environmental destination image and leisure sports mania on motivation and pro-environmental behavior of visitors to Koreans national parks. Journal of dwstination Marketing & Managment. 2018, 10, 25-35
- [7] Karbasi, M. Adolescent and youth issues, Tehran: Payam Noor University. 2004.
- [8] Almasi, M.; Hamid, N. "The effect of social-individual education on self-confidence and risk-taking of male students of the first grade of the first period of secondary school" Psychological methods and models. 2017, Year 9/Number 31.

- [18] Yousefi, Bahram, Sabunchi, Reza, Sangsefidi, Bita, Askari, Maryam. Environmental and psychosocial factors associated with physical activity in leisure time of female high school students in Kermanshah. *Contemporary Research in Sports Management*, 2014; 4(8): 93-101.
- [19] Aghakhanbabaei, Maryam, Mozaffari, Seyed Amir Ahmad, Poursoltani, Hossein. The mediating role of self-efficacy in the relationship between social support and participation in physical activity among students. *Contemporary Research in Sports Management*, 2016; 6(11): 63-71. doi: 10.22084/smms.2016.1612
- [20] Naghilou, Z., Kotbi, F. (2023). Designing a framework for enriching the leisure time of students and teachers in the country. *Studies in Sport Science Education*, 1(3), 31-40.
- [21] Sepehriyan, Amir Hossein, Kashmidar, Mohammad, Zahmati, Majid. Designing a qualitative model of factors affecting the institutionalization of sports leisure in the lifestyle of Iranian youth. *Contemporary Research in Sports Management*, 1402; 13(26): 81-98. doi: 10.22084/smms.2022.24796.2918
- [22] Falahati, Sina, Hakakzadeh, Mina, Pourranjeb, Mohammad. Designing a model for institutionalizing sports activities in Iranian leisure time and explaining its future with a scenario writing approach in the horizon of 2020. *Contemporary Research in Sports Management*, 1401; (1): -. doi: 10.22084/smms.2023.25470.2986
- [23] Yousefi, Bahram, Asadzadeh, Elham, Azadi, Rasoul. The relationship between psychological, social and environmental factors associated with physical activity of female high school students in Urmia. *Quarterly Journal of Applied Research in Sports Management*, 2017; 6(2): 47-56.
- [24] Manjemizadeh, A. investigating the relationship between interpersonal communication skills and the level of social acceptance of Payam Noor Khorasgan University students, Bachelor's thesis, Department of Social Sciences. 2012.
- [25] Yousefi, F; No, M. Reliability and validity of Matson's social skills measurement scale and comparing the performance of girls and boys in this scale. *Journal of Social Sciences and Humanities of Shiraz University*, 2002, 18(2), 153-147.
- [9] Chang, C. W., R. Yuan and Chen, J.K. "Social support and depression among Chinese adolescents: The mediating roles of self-esteem and self-efficacy." *Children and Youth Services Review*, 2018, 88: 128-134.
- [10] Sakhai, D. Investigating how middle and high school students spend their free time in Isfahan province. *Sociology of Iran*, 2013, 5(1). 12-20.
- [11] Arkan, F. Investigating the way of spending free time of high school students in Yazd city and ways to optimize it. *Education magazine*, 2013, Number 12. 15-23.
- [12] Mehrdad, H. Pathology of free time of 12 to 17 year old teenagers in Lorestan province. Research report, collection of research articles 2. Lorestan Province Education and Training Research Institute, 2019, 3(2). 1-9.
- [13] Moussavian, Seyed Ebrahim, Farzan, Farzam, & Dosti, Morteza. (1402). Developing a strategic plan for recreational and sports camps in the country's education and training. *Quarterly Journal of Applied Research in Sports Management*, 12(3), 97-114. doi: 10.30473/arsm.2023.61340.3588
- [14] Mousavi Rad, Seyedeh Tahereh, Bahaei Kasmaei, Zeinab. Investigating the relationship between cultural intelligence and perceived enjoyment of physical activity in the leisure time of physical education teachers in Tehran. *Quarterly Journal of Applied Research in Sports Management*, 2018; 7(1): 33-43.
- [15] Nikokhslat, Saeed, Badri Azarian, Yaghoob, Shahin, Ahad, Fathollahi, Saeed, Farid Fathi, Maryam. Evaluation of the current status and effectiveness of special cycling routes in Tabriz city. *Contemporary Research in Sports Management*, 2017; 7(13): 31-42. doi: 10.22084/smms.2017.10862.1890
- [16] Saheb Ftouhiyeh, Sanaz, Ghafouri, Farzad, Abdi, Kambiz. Analysis of prosocial and antisocial behaviors of professional athletes in individual and team sports during their free time. *Quarterly Journal of Applied Research in Sports Management*, 2014; 3(3): 105-116.
- [17] Ghafouri, Farzad, Zarei, Ali, Khairandish Borujeni, Behnaz, Yabandeh, Masoumeh. Determining the relationship between the nature of sport (individual, social, contact and non-contact) and leisure activities of female athletes and comparing it with non-athletes. *Contemporary Research in Sports Management*, 2015; 5(10): 1-11.

Citation (Vancouver): Nakhzari Khodakhir J, Ghasemi E, Rezaei M, Miri S. [Investigating the effectiveness of free time education programs on individual and social skills of students in Sistan and Baluchistan province]. *Res. Sport Sci. Edu.* 2(2): 51-59